

Ketika Anak Sulit Makan: Hubungan Perilaku Makan Selektif dan Status Gizi Anak Prasekolah

Nusa Taruna Putra^{1*}, Milasari², Diah Retno Wulan³, Alit Suwandewi⁴

¹⁻⁴Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

nusataruna4@gmail.com^{1*}, milasari1989@gmail.com², wulandyahretno@gmail.com³

alit_dewi@umbjm.ac.id⁴

Info Artikel

Submit, 26 Desember 2025

Review, 23 Januari 2026

Diterima, 04 Februari 2026

Kata Kunci:

Anak Pra sekolah, Perilaku Makan Selektif, Status Gizi

Keywords:

Nutritional Status, Preschool Children, Selective Eating Behavior

ABSTRAK

Latar Belakang: Gizi buruk merupakan masalah yang sering terjadi pada anak. Apabila tidak ditangani, maka akan berdampak terhadap proses tumbuh kembang anak. Penyebab dari gizi buruk adalah hal yang harus digali untuk mencari akar masalahnya, salah satu penyebabnya adalah perilaku makan selektif. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku makan selektif dengan status gizi pada anak prasekolah. **Metode:** Penelitian menggunakan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di PAUD kecamatan Tabukan. Populasi dalam penelitian ini adalah PAUD di Kec. Tabukan sebanyak 13 PAUD dengan 409 murid, Sampel adalah orang tua/wali murid Sebanyak 137 responden, pemilihan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling* yang dilakukan pengundian pada 13 PAUD yang berada di kecamatan Tabukan didapatkan 2 sekolah yaitu PAUD Nusa Indah dan PAUD Kuncup Mekar. Pengumpulan data menggunakan 2 instrumen penelitian yaitu kuesioner *Children's Eating Behavior Questionnaire* dan pengukuran antropometri. **Hasil:** Hasil analisa dengan (*sperman rank*) mendapati bahwa terdapat hubungan dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dengan *Correlation Coefficient* didapatkan nilai 0.799 yang berarti arah hubungan pada penelitian ini "kuat", hasil *Probability* 70,15% anak yang masuk kedalam kategori tidak selektif berpeluang masuk ke dalam kategori gizi baik dan 27,14% anak yang masuk kedalam kategori selektif berpeluang masuk kedalam kategori gizi buruk. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku makan selektif dengan status gizi pada anak prasekolah.

ABSTRACT

Background: Malnutrition is a common problem in children. If not addressed, it will impact the child's growth and development process. The cause of malnutrition is something that must be explored to find the root of the problem, one of the causes is selective eating behavior. **Objective:** The purpose of this study was to identify the relationship between selective eating behavior and nutritional status in preschool children. **Method:** The study used a cross-sectional approach. The study was conducted at PAUD in Tabukan sub-district. The population in this study was PAUD in Tabukan sub-district, consisting of 13 PAUDs with 409 students. The sample was parents/guardians of 137 respondents. The sample selection used Cluster Random Sampling, which was conducted by drawing lots at 13 PAUDs in Tabukan sub-district, resulting in 2 schools, namely PAUD Nusa Indah and PAUD Kuncup Mekar. Data collection used 2 research instruments, namely the Children's Eating Behavior Questionnaire and anthropometric measurements. **Result:** The results of the analysis with (*sperman rank*) found that there was a relationship with a value of $p=0.000$ ($p<0.05$) with a Correlation Coefficient of 0.799 which means the direction of the relationship in

this study is "strong", the probability results are 70.15% of children who fall into the non-selective category have the opportunity to fall into the good nutrition category and 27.14% of children who fall into the selective category have the opportunity to fall into the malnutrition category. **Conclusion:** There is a significant relationship between selective eating behavior and nutritional status in preschool children.



Khatulistiwa Nursing Journal is licensed under
A Creative Commons Attribution 4.0 International License
Copyright ©2026 STIKes YARSI Pontianak. All rights reserved

1. PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah (3–6 tahun) merupakan masa emas (*golden age*) dengan pertumbuhan biologis, psikososial, kognitif, dan spiritual yang sangat pesat (Andriani et al., 2021). Pada fase ini, asupan gizi yang cukup dan seimbang menjadi prasyarat penting bagi kesehatan dan perkembangan anak di masa depan. Salah satu masalah yang sering muncul adalah perilaku makan selektif (*picky eating*), yaitu anak menolak jenis makanan tertentu, hanya menyukai beberapa makanan saja atau enggan mencoba makanan baru. Pola ini berisiko menurunkan keragaman dan kecukupan zat gizi yang pada akhirnya dapat memengaruhi status gizi anak prasekolah.

Skala masalah perilaku makan selektif dan dampaknya terhadap gizi anak cukup besar pada tingkat global maupun nasional. Penelitian menunjukkan sekitar 30 hingga 40% anak usia 1–10 tahun memiliki perilaku makan selektif, dengan angka lebih tinggi pada usia prasekolah (Romdiyani et al., 2024). Perilaku ini menjadi faktor risiko penting terjadinya asupan gizi tidak adekuat (Sambo et al., 2024), yang dapat berujung pada wasting dan stunting. WHO (2025) memperkirakan 13.6 juta anak di bawah 5 tahun mengalami wasting di seluruh dunia, sementara di Indonesia jumlah gizi buruk sekitar 805.000 (Kemenkes., 2025). Di Kalimantan Selatan angka gizi buruk mencapai 885 anak, di Kabupaten Barito Kuala 106 anak dan di Kecamatan Tabukan 41 anak. Data ini menegaskan bahwa masalah gizi masih tinggi dan perilaku makan selektif patut dicermati sebagai salah satu faktor risiko pada anak prasekolah.

Secara kronologis, perilaku makan selektif pada anak prasekolah terbentuk dari kombinasi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan. Anak usia ini secara alami rentan mengalami neofobia makanan, yakni penolakan terhadap makanan baru, sehingga cenderung memilih makanan yang sama dan sudah familier. Pola asuh makan yang kurang tepat misalnya membiarkan pilihan makanan yang sangat terbatas, penggunaan makanan sebagai hadiah atau hukuman, serta tingginya paparan makanan instan dan jajanan rendah gizi dapat memperkuat perilaku tersebut. Di sisi lain, keterbatasan pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang membuat mereka sering menganggap pola makan anak masih “normal”, padahal berpotensi menurunkan kecukupan gizi. Dalam jangka panjang kondisi ini dapat berkontribusi terhadap munculnya masalah gizi pada anak prasekolah.

Sebagai upaya solusi, diperlukan penelitian berbasis bukti yang secara khusus mengkaji hubungan antara perilaku makan selektif dan status gizi anak prasekolah.

Pemahaman yang jelas mengenai hubungan tersebut akan menjadi dasar untuk merancang intervensi yang lebih terarah kepada orang tua dan lingkungan keluarga. Anak dengan kekurangan gizi, seperti stunting atau kurus, berisiko mengalami gangguan pertumbuhan fisik, keterlambatan perkembangan otak, serta penurunan kemampuan belajar dan prestasi akademik (Suraya et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk menghasilkan temuan ilmiah yang dapat menjadi dasar intervensi peningkatan gizi anak prasekolah di Kecamatan Tabukan. Dalam konteks tersebut, pada 23 Juli 2025 telah dilakukan studi pendahuluan melalui wawancara dengan tujuh orang tua murid di tempat penelitian. Sebagian orang tua melaporkan anak hanya mau mengonsumsi makanan tertentu (misalnya nasi, telur, kecap, atau mie instan setiap hari) dan menolak makanan lain, sementara yang lain menyatakan anak tidak pemilih dan mampu menghabiskan makanan yang disajikan. Temuan ini mengindikasikan adanya variasi perilaku makan yang berpotensi berkaitan dengan status gizi di wilayah tersebut.

Penelitian sebelumnya oleh (Ardilah & Sholihah, 2025) dan (Kenanga & Musthofa, 2025) umumnya menggunakan desain potong lintang dan menemukan bahwa perilaku makan selektif berhubungan langsung dengan status gizi anak prasekolah. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa pola makan yang sempit dan menolak variasi makanan dapat berdampak pada risiko masalah gizi. Namun, hasil berbeda ditunjukkan oleh (Mulyani et al., 2023) dan (Hardianti et al., 2023) yang melaporkan bahwa perilaku makan selektif tidak berpengaruh signifikan terhadap status gizi, dan faktor lain seperti pendidikan ibu, status ekonomi, dan ketersediaan pangan lebih dominan. Di samping itu, sebagian besar penelitian masih berfokus pada indikator stunting (TB/U) dan Underweight (BB/U), sehingga hubungan perilaku makan selektif dengan status gizi akut belum tergambarkan secara optimal.

Penelitian ini memposisikan diri untuk menjembatani ketidak konsistenan hasil tersebut dengan menguji kembali hubungan perilaku makan selektif dan status gizi pada anak prasekolah di konteks lokal Kecamatan Tabukan. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional pada anak usia prasekolah di PAUD, penelitian ini melanjutkan dan sekaligus mengkritisi temuan terdahulu melalui sudut pandang indikator gizi yang berbeda. Kebaruan penelitian terletak pada penggunaan indikator indek masa tubuh menurut umur (IMT/U) sebagai fokus utama penilaian status gizi dalam mengaitkan perilaku makan selektif dengan masalah gizi pada anak prasekolah. Pergeseran dari dominasi penggunaan TB/U dan BB/U ke IMT/U ini memberikan sudut pandang baru yang lebih sensitif terhadap masalah gizi akut dan relevan dengan kondisi wilayah yang memiliki prevalensi gizi buruk cukup tinggi seperti Kecamatan Tabukan.

2. METODE

Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis Kuantitatif Kolerasional dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan mempelajari kolerasi antara variabel independen (perilaku makan selektif) dengan variabel dependen (Status Gizi Anak Prasekolah),

dengan pengumpulan data dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu (Anggreni, D. 2022).

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh orang tua dengan anak prasekolah berusia (3-6 tahun) yang bersekolah di PAUD Kecamatan Tabukan. Jumlah PAUD yang ada di Kecamatan Tabukan sebanyak 13 PAUD dengan jumlah murid ada 409 orang. PAUD yang terpilih menjadi sampel adalah PAUD Nusa Indah berjumlah 78 responden dan PAUD Kuncup Mekar berjumlah 59 responden. Populasi yang berjumlah 409 orang dibagi kedalam 13 PAUD dan dilakukan pengambilan sampel dengan *Cluster random sampling*. Populasi yang berjumlah 13 PAUD diundi dan didapatkan hasil dari pengundian ialah 2 PAUD yang terpilih menjadi sampel.

Variabel

Pada penelitian ini menggunakan dua variabel, Perilaku makan selektif sebagai variabel bebas dan Status Gizi Anak Prasekolah sebagai variabel terikat.

Instrumen

Penelitian ini menggunakan dua instrumen, yang pertama Kuesioner *Childern's Eating Behavior Questionnaire*, Kuesioner CEBQ ini ditunjukkan untuk mengukur perilaku makan selektif pada anak, kuesioner ini merupakan laporan dari orang tua/wali yang dirancang untuk menilai perilaku makan anak tergolong penyuka makan atau penghindar makanan, berisi 35 pertanyaan. Setiap butir memiliki 5 kemungkinan jawaban menggunakan Skala *Likert* yaitu "selalu" (5), "sering" (4), "kadang-kadang" (3), "jarang" (2) dan "tidak pernah" (1). Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas konstruksinya dengan nilai faktor loading antara 0,40-0,83 dan dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's alpha menunjukkan nilai antara 0,62-0,91 pada setiap subskala,

Status Gizi Anak akan diukur menggunakan antropometri, pengukuran antropometri akan di hitung (Indeks masa tubuh menurut umur atau IMT/U) dan dianalisis menjadi skor-Z menggunakan aplikasi (*Toddler Nutrition*) yang sudah terstandar Antropometri Kemenkes RI. Setelah dihitung status gizi anak akan dikategorikan menjadi Obesitas ($>3SD$), Gizi lebih ($>2SD - 3SD$), Gizi baik ($-2SD$ s/d $<2SD$), Gizi kurang ($-3SD$ s/d $<-2SD$), Gizi buruk ($<-3SD$).

Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dimulai dari pengajuan izin penelitian kepada pihak sekolah lalu peneliti menjelaskan penelitian kepada orang tua/wali murid lalu membagikan informed consent kepada responden, selanjutnya pengisian kuesioner CEBQ, Kuesioner ini untuk mengukur perilaku makan selektif pada anak yang akan diisi oleh orang tua/wali dari anak tersebut dan dilakukan pengukuran antropometri kepada anak dengan mengukur (IMT/U) untuk melihat status gizi anak.

Analisa Data

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara perilaku makan selektif pada anak usia prasekolah dengan status gizi anak usia prasekolah. Penelitian ini menggunakan uji korelasi (*Spearman's rank*) dengan bantuan perhitungan program komputer IBM SPSS Statistics 27.0.0.

Kelayakan Etik

Penelitian ini telah melewati proses telaah etik yang secara resmi mendapat kelayakan etik oleh Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, yang sudah tercantum di dalam nomor: No. 542/UMB/KE/XI/2025, proses ini telah dilaksanakan berdasarkan prinsip penelitian mulai dari *Respect of Person, Beneficence- non maleficence, justice*, serta pemberian *Informed Consent* jika responden bersedia mengikuti penelitian

3. HASIL

a. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	77	56.20
Perempuan	60	43.80
Usia (Tahun)		
3	24	17.52
4	31	22.63
5	45	32.85
6	37	27

Sumber: Data Primer 2025

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 137 responden, terdapat 77 anak prasekolah (56.20%) berjenis kelamin Laki-Laki, sedangkan 60 anak prasekolah (43.80%) berjenis kelamin perempuan. Pada tabel 1 juga menunjukkan bahwa dari 137 responden, Anak prasekolah terbanyak berada pada usia 5 tahun sebanyak 45 orang (32.85%), sedangkan anak prasekolah terendah terdapat pada usia 3 tahun sebanyak 24 orang (17.52%).

b. Analisa Univariat

Hasil analisa univariat dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2.
Hasil Analisa Perilaku Makan Anak

Perilaku Makan Anak	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Selektif	70	51.09
Tidak Selektif	67	48.91

Sumber: Data Primer 2025

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 137 responden, terdapat 70 anak prasekolah (51.09%) mengalami perilaku makan selektif, sedangkan 67 anak prasekolah (48.91%) tidak mengalami perilaku makan selektif.

Tabel 3.
Hasil Analisa Status Gizi Anak

Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Gizi Buruk	24	17.5
Gizi Kurang	25	18.2
Gizi Baik	64	46.7
Gizi Lebih	17	12.4
Obesitas	7	5.11

Sumber: Data Primer 2025

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 137 responden, Status gizi anak prasekolah terbanyak berada pada status gizi baik sebanyak 64 orang (46.7%), sedangkan status gizi anak prasekolah terendah berada pada status gizi obesitas sebanyak 7 orang (5.11%).

Tabel 4.
Hubungan Perilaku Makan Selektif dengan Status Gizi

Status Gizi	Perilaku Makan				Total		<i>p</i>
	Selektif		Tidak Selektif		n	%	
	n	%	n	%			
Gizi Buruk	19	13.87	5	3.65	24	21.9	0.000
Gizi Kurang	21	15.33	4	2.92	25	19.71	
Gizi Baik	17	12.41	47	34.31	64	40.88	
Gizi Lebih	12	8.76	5	3.65	17	12.41	
Obesitas	1	0.73	6	4.38	7	5.11	

Sumber: Data Primer 2025

Pada tabel 4 distribusi silang perilaku makan selektif dengan status gizi terlihat bahwa anak dengan perilaku makan selektif banyak berada pada kategori gizi buruk dan gizi kurang, yaitu masing-masing 19 anak (13,87%) dan 21 anak (15,33%), gizi baik berjumlah 17 anak (12,41%), sedangkan yang memiliki gizi lebih 12 anak (8,47%) dan obesitas 1 anak (0,7%). Jika digabungkan, maka sekitar 29,2% anak dengan perilaku makan selektif berada pada kategori gizi

kurang baik (gizi buruk + gizi kurang) dan 21,58% yang memiliki status gizi baik hingga obesitas. Sebaliknya, pada anak dengan perilaku makan tidak selektif, proporsi tertinggi justru terdapat pada kategori gizi baik, yaitu 47 anak (34.31%), gizi lebih sebanyak 5 anak (3.65%) dan obesitas sebanyak 6 anak (4.38%). Anak tidak selektif yang berstatus gizi buruk dan gizi kurang relatif lebih sedikit, masing-masing 5 anak (3.65%) dan 4 anak (2.92%). Secara keseluruhan, sekitar 42.34% anak dengan perilaku makan tidak selektif berada pada kategori gizi baik hingga obesitas, sedangkan hanya 6,57% yang termasuk gizi buruk dan gizi kurang.

Dari hasil analisis *Spearman's rank* didapatkan nilai $p = 0.000 < 0.05$ menyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima dengan *Correlation Coefficient* didapatkan dengan nilai 0.799 yang berarti arah hubungan pada penelitian ini “kuat”, hasil *Probability* menunjukkan bahwa 70,15% anak yang masuk kedalam kategori tidak selektif berpeluang masuk ke dalam kategori gizi baik dan 27,14% anak yang masuk kedalam kategori selektif berpeluang masuk kedalam kategori gizi buruk. Nilai *interquartile range* (IQR) pada penelitian ini sebesar 38, dengan kuartil bawah (Q1) 68 dan kuartil atas (Q3) 106.

4. PEMBAHASAN

Perilaku makan selektif pada anak tidak semata-mata disebabkan oleh “kemauan anak” saja, anak prasekolah sedang berada pada tahap kemandirian sehingga cenderung menolak makanan baru (*food neophobia*) dan memilih makanan tertentu saja (Ramirez et al., 2021). Sejalan dengan temuan yang ditinjau dari hasil kuesioner yang telah diisi oleh orang tua dimana skor tertinggi berada di parameter *Food Responsiveness* dan *Food Fussiness* yang menyebutkan bahwa anak prasekolah di kecamatan tabukan cenderung pemilih terhadap makanan dan memiliki respon yang sensitif terhadap makanan baru. (Nas et al., 2025), dan (Firme et al., 2023) menyebutkan anak yang berada pada fase perkembangan dalam tahun awal kehidupannya memang seringkali memiliki kecenderungan dalam menolak makan yang baru dikenalnya.

Jenis kelamin juga salah satu faktor yang bisa menyebabkan perilaku selektif pada anak, hasil dari penelitian ini mendapati bahwa perempuan memang lebih cenderung memiliki perilaku selektif dibanding laki laki dengan presentase 64,3%. Banyak literatur yang mendukung temuan ini (Protano et al., 2025) mencatat bahwa kelompok tertentu seperti perempuan menunjukkan tingkat *neophobia* yang lebih tinggi, (Bialek-Dratwa & Kowalski, 2024) dan (Cappellotto & Olsen, 2021) juga menyebutkan bahwa perempuan lebih pilih-pilih terhadap makanan yang akan menjadikannya masuk kedalam kategori *neophobia*.

Status gizi anak prasekolah di PAUD Kecamatan Tabukan menunjukkan masalah yang cukup serius dengan pola *double burden* gizi. Komposisi dari penelitian ini berarti lebih dari separuh anak mengalami masalah gizi, baik karena kekurangan maupun kelebihan. Temuan ini menegaskan bahwa status gizi anak di Tabukan belum ideal dan perlu menjadi perhatian prioritas dalam upaya kesehatan

masyarakat di tingkat lokal. Berbagai penelitian menegaskan bahwa pola makan dan pengasuhan gizi berperan besar dalam membentuk status gizi anak prasekolah.

Candrasari et al., (2022) menyoroti pentingnya kualitas dan kuantitas konsumsi makanan, sementara (Mahfujiah et al., 2022) menemukan bahwa pola makan dan riwayat ASI eksklusif berkaitan dengan kejadian stunting. (Safitri et al., 2024) juga menunjukkan bahwa kesehatan gizi anak sangat dipengaruhi pola makan harian dan kesadaran orang tua terhadap pentingnya nutrisi. Jika dikaitkan dengan kondisi di Tabukan, proporsi gizi buruk dan gizi kurang yang cukup tinggi kemungkinan mencerminkan masih adanya masalah pada kualitas asupan, frekuensi makan, dan pengetahuan gizi di tingkat keluarga. Dengan demikian, perbaikan pola makan dan literasi gizi orang tua menjadi kunci penting untuk mengubah profil gizi tersebut.

Analisis korelasi antara perilaku makan selektif dan status gizi menunjukkan pola yang sangat jelas Uji statistik (*Spearman*) menunjukkan nilai $p < 0,05$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan selektif dan status gizi anak prasekolah di PAUD Kecamatan Tabukan. Hasil ini sejalan dengan literatur yang menunjukkan bahwa perilaku makan selektif berdampak negatif pada status gizi. (Prima Mulya & Arum Rukmasari, 2025) melaporkan bahwa sekitar 74% anak prasekolah mengalami perilaku makan selektif, dan kondisi ini berpengaruh terhadap status gizi mereka. (Sabri et al., 2024) juga menemukan bahwa anak dengan perilaku makan selektif cenderung memiliki asupan nutrisi yang tidak seimbang, yang dapat berkontribusi pada stunting dan bentuk malnutrisi lainnya. Kesesuaian pola di Tabukan, di mana anak selektif lebih banyak berada pada kategori gizi buruk dan gizi kurang, menguatkan bahwa temuan lokal ini tidak berdiri sendiri, melainkan konsisten dengan bukti global.

Dari sisi mekanisme, perilaku makan selektif dipahami tidak hanya mengurangi asupan energi, tetapi juga membatasi asupan zat gizi mikro penting yang berpengaruh jangka panjang. (Hayati et al., 2022) menekankan bahwa perilaku ini, bila dibiarkan, meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. (Nahira et al., 2025) dan (Dimas Al-Abab Sutrisno et al., 2025) menunjukkan bahwa keterbatasan variasi makanan, faktor orang tua, dan lingkungan turut memperbesar risiko malnutrisi, sedangkan Sutanto dan Nurhidayah (2024) menekankan peran edukasi gizi serta pengenalan berbagai makanan sehat sebagai strategi kunci. Dengan demikian, hubungan yang terlihat di Tabukan dapat dijelaskan secara logis melalui kombinasi penolakan terhadap makanan bergizi dan keterbatasan variasi asupan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa perilaku makan selektif pada anak prasekolah merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya masalah status gizi, baik dalam bentuk gizi kurang maupun gizi buruk, sebagaimana tercermin dari hubungan yang signifikan antara perilaku makan selektif dan status gizi serta tingginya skor pada parameter Food Fussiness dan Food Responsiveness yang menunjukkan keterbatasan variasi asupan makanan. Perilaku makan selektif diperkirakan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal

anak seperti tahap perkembangan dan food neophobia, tetapi juga oleh pola pengasuhan makan, tingkat paparan terhadap makanan baru, serta respons orang tua terhadap penolakan makanan, termasuk kecenderungan untuk menuruti preferensi anak dan keterbatasan pengetahuan gizi di tingkat keluarga. Selain itu, tingginya proporsi anak dengan masalah gizi di Kecamatan Tabukan diasumsikan mencerminkan kombinasi antara kualitas dan keberagaman asupan pangan yang belum optimal, frekuensi makan yang kurang adekuat, serta penguatan perilaku selektif dalam lingkungan rumah, yang berpotensi membatasi asupan zat gizi makro dan mikro penting selama periode pertumbuhan anak prasekolah.

Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa upaya perbaikan status gizi anak prasekolah tidak cukup hanya dengan memastikan kecukupan jumlah dan jenis makanan, tetapi juga harus memasukkan deteksi dan penanganan perilaku makan selektif dalam kegiatan rutin di PAUD, posyandu, dan puskesmas. Edukasi terarah kepada orang tua tentang strategi pengasuhan makan yang sehat, pengenalan makanan baru secara bertahap, dan pengendalian jajanan rendah gizi menjadi penting untuk mencegah gizi buruk dan gizi kurang pada anak selektif. Instrumen penilaian perilaku makan dapat dimanfaatkan sebagai alat skrining sederhana untuk mengidentifikasi anak berisiko lebih dini, sementara di tingkat kebijakan, hasil ini dapat menjadi dasar penguatan program sekolah sehat dan pembinaan keluarga balita dengan memasukkan materi khusus tentang perilaku makan selektif.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku makan selektif dengan status gizi pada anak prasekolah dengan $p < 0.05$. Anak dengan perilaku makan selektif lebih banyak ditemukan pada kategori gizi buruk dan gizi kurang dibandingkan anak yang tidak selektif, sedangkan anak yang tidak memiliki perilaku makan selektif cenderung berada pada kategori gizi baik. Pola ini menunjukkan bahwa perilaku makan selektif berkontribusi terhadap ketidakseimbangan asupan zat gizi yang pada akhirnya tercermin pada penurunan status gizi anak prasekolah.

Sebagai saran, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar bagi tenaga kesehatan, guru PAUD, dan orang tua untuk memasukkan deteksi dini dan penanganan perilaku makan selektif dalam program pemantauan tumbuh kembang dan perbaikan gizi anak, misalnya melalui konseling gizi, edukasi pola asuh makan, serta pembiasaan variasi makanan sejak dini. Secara akademik, penelitian ini berkontribusi dengan menambah bukti empiris mengenai hubungan perilaku makan dan status gizi pada anak prasekolah, serta dapat menjadi rujukan bagi studi lanjutan dengan desain longitudinal, cakupan wilayah yang lebih luas, dan pengendalian variabel lain seperti pola asuh, sosial ekonomi, dan kualitas asupan makan untuk memahami hubungan ini secara lebih mendalam.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Apresiasi yang sebesar-besarnya kepada seluruh tim yang berkontribusi dalam penelitian ini mulai dari dosen pembimbing yang membantu mengarahkan, teman teman yang membantu melancarkan proses ini, tempat penelitian yang menyediakan kesempatannya serta responden yang meluangkan waktu mau berhadir dalam kegiatan ini.

7. REFERENSI

- Andriani, Y., Program, D., Diploma, S., Akademi, K., Rustida, K., Raraningrum, V., Kesehatan, K. A., Rizky, R., & Yunita, D. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah di TK Nurul Husada Kalibaru Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 6(1), 611–618. <https://doi.org/10.55500/JIKR.V6I1.69>
- Anggreni, D. (2022). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan. *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Ardilah, H. N., & Sholihah, L. A. (2025). Hubungan Antara Picky Eating dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah di Ra. Al-Hidayah Kota Surabaya. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(1), 171–183. <https://doi.org/10.57213/ANTIGEN.V3I1.578>
- Bialek-Dratwa, A., & Kowalski, O. (2024). *Feeding neophobia and current feeding problems – a cross-sectional study among Polish children aged 2–7 years*. <https://www.termedia.pl/Feeding-neophobia-and-current-feeding-problems-a-cross-sectional-study-among-Polish-children-aged-2-7-years,127,52530,0,1.html>
- Candrasari, A. M., Ronitawati, P., Swamilaksita, P. D., & Sa'pang, M. (2022). Quality of consumption and nutritional status of preschool children. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 10(2), 53–60. [https://doi.org/10.21927/IJND.2022.10\(2\).53-60](https://doi.org/10.21927/IJND.2022.10(2).53-60)
- Cappellotto, M., & Olsen, A. (2021). Food Texture Acceptance, Sensory Sensitivity, and Food Neophobia in Children and Their Parents. *Foods*, 10(10). <https://doi.org/10.3390/FOODS10102327>
- Dimas Al-Abab Sutrisno, M., Faridah, U., Studi, P. S., & Keperawatan, F. (2025). Hubungan Berat Badan Lahir dengan Status Nutrisi Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Ners*, 9(2), 2498–2505. <https://doi.org/10.31004/JN.V9I2.43008>
- Firme, J. N., de Almeida, P. C., dos Santos, E. B., Zandonadi, R. P., Raposo, A., & Botelho, R. B. A. (2023). Instruments to Evaluate Food Neophobia in Children: An Integrative Review with a Systematic Approach. *Nutrients*, 15(22), 4769–4772. <https://doi.org/10.3390/NU15224769>
- Hardianti, R., Dieny, F. F., & Wijayanti, H. S. (2023). Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 123–130. <https://doi.org/10.14710/JGI.6.2.123-130>

- Hayati, S., Farianti Amran, H., Studi, P. S., & dan Profesi Bidan STIKes Payung Negeri Pekanbaru Corresponding Author, K. (2022). ANALYSIS OF PARENTING PATTERNS WITH PICKY EATER BEHAVIOR IN PRESCHOOL CHILDREN. *ANJANI Journal (Medical Science & Healthcare Studies)*, 2(1), 06–10. <https://doi.org/10.37638/ANJANI.V2I1.513>
- Kenanga, P. E., & Musthofa, B. M. A. (2025). Maternal Knowledge about Breastfeeding Techniques and Burping Techniques with Regurgitation Events in Infants 0-6 Months. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 6(1), 114–125. <https://doi.org/10.36590/KEPO.V6I1.1477>
- Mahfujiah, F., Hanifa, F., Santi, A., & Ginting, B. (2022). Hubungan status gizi, pola makan dan riwayat pemberian asi eksklusif dengan kejadian stunting pada anak pra sekolah 3-5 tahun. *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, 1(2), 50–56. <https://doi.org/10.56922/MCHC.V1I2.270>
- Mulyani, R., Muliani, U., & Lupiana, M. (2023). Hubungan Picky Eating Dengan Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di Desa Lokus Stunting. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*, 8(1), 94–99. <https://doi.org/10.52235/CENDEKIAMEDIKA.V8I1.201>
- Nahira, N., Marliah, M., Supardi, N., & Rosita, R. (2025). Hubungan antara perilaku picky eater dengan perkembangan motorik halus pada anak prasekolah. *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, 4(6), 459–464. <https://doi.org/10.56922/MCHC.V4I6.1213>
- Nas, Z., Herle, M., Kininmonth, A. R., Smith, A. D., Bryant-Waugh, R., Fildes, A., & Llewellyn, C. H. (2025). Nature and nurture in fussy eating from toddlerhood to early adolescence: findings from the Gemini twin cohort. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 66(2), 241–252. <https://doi.org/10.1111/JCPP.14053>;REQUESTEDJOURNAL:JOURNAL:14697610;WGROU:STRING:PUBLICATION
- Prima Mulya, A., & Arum Rukmasari, E. (2025). Picky Eater Dan Asupan Nutrisi Anak Prasekolah Desa Tanjungsari Sumedang. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, 11(2), 157–166. <https://doi.org/10.58550/JKA.V11I2.321>
- Protano, C., Valeriani, F., Calella, P., Caggiano, G., Bargellini, A., Bianco, A., Bianco, L., Borzi, S., Cataldo, A., Colucci, M. E., Dallolio, L., de Waure, C., Di Giuseppe, G., Laganà, P., La Spada, G., Licata, F., Marchesi, I., Masini, A., Montagna, M. T., ... Gallè, F. (2025). Investigating Neophobia Towards New Food Technologies in Italy: The CoNF&TTI Cross-Sectional Study. *Nutrients* 2025, Vol. 17, 17(17). <https://doi.org/10.3390/NU17172825>
- Ramirez, G. T. V., Okamoto, A. C., Saliba, T. A., & Moimaz, S. A. S. (2021). Influence of behavioral and dietary aspects on children's oral health. *Research, Society and Development*, 10(5), e34410514753–e34410514753. <https://doi.org/10.33448/RSD-V10I5.14753>
- Romdiyani, H., Mirino, F., Anisa, E. U., Wijayanti, D., & Sofiyanti, I. (2024). Perilaku Picky Eating pada Anak Usia Prasekolah: Prevalensi, Faktor yang

- Mempegaruhi, Dampak terhadap Status Gizi dan Strategi Intervensi pada Picky Eating. In *Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 3, Number 2).
- Sabri, Y., Indriani, G., & Tampubolon, N. (2024). *The Relationship between Picky Eaters and Nutritional Status in Toddlers | Sabri | QISTINA: Jurnal Multidisiplin Indonesia*.
<https://rayyanjurnal.com/index.php/qistina/article/view/3005>
- Safitri, R., Suci, W. P., & Aziz, A. R. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI PEKANBARU. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 7(2), 1–5.
<https://doi.org/10.36341/JKA.V7I2.3670>
- Sambo, M., Madu, Y. G., Kamumu, F., & Rakay, I. W. (2024). Picky Eating: Faktor Risiko Stunting pada Anak Prasekolah. *Bali Medika Jurnal*, 11(2), 130–140.
<https://doi.org/10.36376/BMJ.V11I2.457>
- Suraya, R., Balqis, A. A., Andhani, I., Billa, N., Wahyuni, R., Zahrani, W., & Suryani. (2024). Gambaran Status Gizi Anak Sekolah Dasar Yayasan Ar-Rasyid Di Desa Marindal I. *JHR: Journal of Health and Religion*, 1(1), 1–7.
<https://journal.aspublisher.co.id/index.php/jhr/article/view/45>